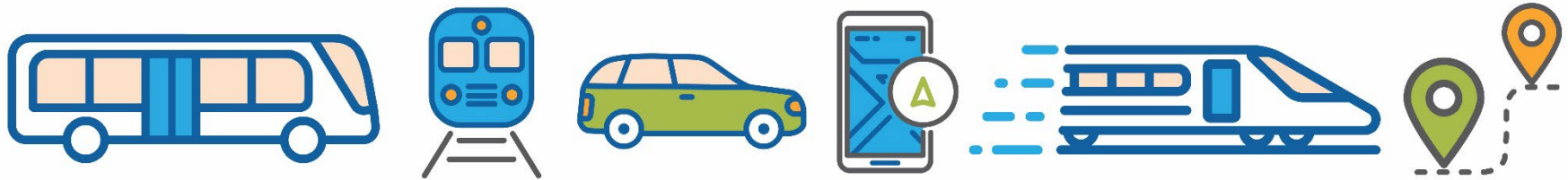


Gabay sa Ride Well to Age Well



Isang madudulugang gabay sa mga serbisyo sa transportasyon para sa mga residente ng San Diego County

Ibinibigay ng mga miyembrong Magiliw sa Edad na Pangkat para sa Transportasyon at mga Koneksyon sa Komunidad



COUNTY OF SAN DIEGO
HEALTH AND HUMAN SERVICES AGENCY



LIVE WELL
SAN DIEGO

Na-update noong Mayo 2026

Talaan ng Nilalaman

Tungkol sa Gabay sa Ride Well to Age Well.....	3
Mga Pangunahing Madudulugan sa Transportasyon (FACT, MTS, NCTD, 511).....	4-7
Mga Uri ng Serbisyo	8
Hanapin ang Iyong Susunod na Sasakyan	9-27
<i>Mga tagapagbigay ng serbisyo na nagsisilbi sa Lahat ng Rehiyon</i>	10-14
<i>Mga tagapagbigay ng serbisyo na nagsisilbi sa Gitnang Rehiyon</i>	15
<i>Mga tagapagbigay ng serbisyo na nagsisilbi sa Silangang Rehiyon</i>	16-17
<i>Mga tagapagbigay ng serbisyo na nagsisilbi sa Hilagang Baybayin/Rehiyon sa Loob ng Kalupaan</i>	18-24
<i>Mga tagapagbigay ng serbisyo na nagsisilbi sa Hilaga Gitnang Rehiyon</i>	25
<i>Mga tagapagbigay ng serbisyo na nagsisilbi sa Timog na Rehiyon</i>	26-27
Gabay na Teknikal sa mga Smartphone App.....	28-29
Mga App para sa Transit at Transportasyon	30
Glosaryo ng Transportasyon	31-39
Mapa ng Landas para sa Pagtanda... ..	40

Pakitandaan: Mangyaring makipag-ugnayan ka nang direkta sa mga tagapagbigay ng serbisyo sa transportasyon para sa pinakabagong impormasyon.

Tungkol sa Gabay sa Ride Well to Age Well



Ang San Diego County ay tahanan ng isang matibay na network ng mga programa at serbisyo sa transportasyon na tumutulong sa mga nakatatanda na mapanatili ang kanilang pagiging independiyente, kakayahang makakilos, at mga koneksyon sa lipunan. Bilang bahagi ng inisyatibong Mapa ng Landas para sa Pagtanda, nagtutulungan ang mga eksperto sa larangan ng transportasyon at transit, pagtanda, at mga serbisyong panlipunan upang malikha ang **Gabay sa Ride Well to Age Well**, isang madudulugang gabay para sa mga serbisyo sa transportasyon na magagamit sa San Diego County. Ang *Gabay sa Ride Well to Age Well* ay naglalaman ng mga sumusunod na seksyon:

-  **Mga Pangunahing Madudulugan sa Transportasyon:** Alamin ang tungkol sa mga sikat na programa at ahensya ng transportasyon sa rehiyon.
-  **Mga Uri ng Serbisyo:** Alamin ang higit pa tungkol sa iba't ibang antas ng tulong na magagamit ng mga pasahero.
-  **Hanapin ang Iyong Susunod na Sasakyan:** Ang mga tagapagbigay ng serbisyo sa transportasyon ay nakalista ayon sa (mga) rehiyon na kanilang pinaglilingkuran. Maghanap muna sa seksyong “Lahat ng Rehiyon”, kasunod ng seksyon ng rehiyon na tinitirhan mo. Alamin ang tungkol sa mga kaugnay na gastos, mga kinakailangan sa pagiging karapat-dapat, antas ng tulong, at mga paghihigpit sa paggamit.
-  **Gabay na Teknikal sa mga Smartphone App:** Mga tagubilin sa kung paano maghanap at mag-download ng mga app sa iPhone o Android.
-  **Mga App para sa Transit at Transportasyon:** Listahan ng mga libreng app para sa transit at transportasyon na maaaring i-download, tulad ng Uber at Lyft.
-  **Glosaryo ng Transportasyon:** Maging pamilyar sa mga pangkalahatang terminolohiya sa transit at transportasyon.
-  **Pagpapabuti sa Transportasyon sa Ating Rehiyon:** Alamin ang higit pa tungkol sa mga pagsisikap ng County na mapabuti ang akses sa transportasyon.

Pakitandaan: Mangyaring makipag-ugnayan ka nang direkta sa mga tagapagbigay ng serbisyo sa transportasyon para sa pinakabagong impormasyon.

Pangunahing Madudulugan sa Transportasyon: FACT

Tungkol sa FACT

Ang Facilitating Access to Coordinated Transportation (FACT) ay isang non-profit na ahensya na itinatag noong 2005 at noong 2006 na itinalaga ng San Diego Association of Governments (SANDAG) bilang Consolidated Transportation Services Agency (CTSA) upang magkoordinar ng mga pampubliko, non-profit, pribado, at iba pang mga serbisyo ng transportasyon sa San Diego County. Hangad ng FACT na mapabuti ang akses sa transportasyon para sa mga nakatatanda, mga taong may kapansanan, mga beterano, at mga taong nahihirapan sa kita at para mapunan ang mga kakulangan sa mga kasalukuyang serbisyo. Ang FACT ay gumaganap bilang tagapamahala ng mobilidad para sa mga indibidwal na naghahanap ng transportasyon sa pamamagitan ng pagrekomenda sa kanila sa pinakaangkop na paraan para sa kanila.



Impormasyon sa Pakikipag-ugnayan

516 Civic Center Drive, Oceanside, CA 92054

www.factsd.org

Tumawag sa (888) 924-3228 para sa impormasyon, o para humiling ng masasakyan

Nag-aalok ang FACT ng programang RideFACT para sa mga senior citizen ng San Diego County na higit sa 60 taong gulang at mga indibidwal na may mga kapansanan. Nagbibigay ang RideFACT ng serbisyong curb-to-curb na bukas mula Lunes hanggang Biyernes. Mangyaring tumawag sa (888) 924-3228 3 – 7 araw bago ang nakaplanong petsa ng iyong paglalakbay upang humiling ng reserbasyon.

Ang pamasaha ay \$5.00 - \$20.00 para sa one-way na biyahe.

Pangunahing Madudulugan sa Transportasyon: MTS

Tungkol sa MTS

Ang Metropolitan Transit Service (MTS) ay isang tagapagbigay ng serbisyo sa transportasyon na kinokontrol ng pederal na pamahalaan na nag-aalok ng mga serbisyo sa transportasyon sa mahigit tatlong milyong tao sa San Diego County. Ang MTS ay nagbibigay ng mga serbisyo ng bus at tren nang direkta o sa pamamagitan ng kontrata sa mga pribadong operator pati na rin ang operasyon ng paratransit para sa mga kostumer na may mga kapansanan na hindi makagamit ng mga serbisyo ng bus at trolley ng MTS na nakapirmi ang ruta. Maaaring gamitin ng mga pasahero ang PRONTO - San Diego app o bisitahin ang www.ridepronto.com para magparehistro ng account at bumili ng pamasahang at pass sa biyahe.



Impormasyon sa Pakikipag-ugnayan

1255 Imperial Avenue, Suite 1000, San Diego, CA 92101 | www.sdmts.com | (619) 557-4555

Para sa tulong sa pagpapalano ng biyahe, tumawag sa (619) 233-3004

Para sa Seguridad ng MTS, tumawag sa (619) 595-4960 o mag-text sa (619) 318-1338

Mga Pamasahang at Pass sa Biyahe (Senior (65+)/May Kapansanan/Medicare)

Maaaring magbago ang mga rate. Para sa pinakabagong pamasahang, bisitahin ang www.sdmts.com.

Mga Pamasahang na One Way	Mga Pass
Trolley, Bus, Rapid: \$1.25 hanggang \$1.50	1-Araw na Pass - Trolley, Bus, Rapid: \$3.00 hanggang \$3.50 o \$6.00 (Premium na Pang-rehiyon)
Rapid Express/Premium (Mga Ruta 280, 290): \$2.50	30-Araw na Pass: Trolley, Bus, Rapid - \$23 hanggang \$30 o \$32 hanggang \$45 (Premium na Pang-rehiyon)
Rural (Mga Ruta 888, 891, 892, 894): \$4.00	1-Araw na Coaster Pass: \$7.50
Pag-access: \$5.00 hanggang \$6.00	30-Araw na Coaster Pass: \$58 hanggang \$60

Ang impormasyon ng pamasahang para sa Senior/May Kapansanan/Medicare ay matatagpuan sa: www.sdmts.com/fares/reduced-fares

Pangunahing Madudulugan sa Transportasyon: NCTD

Tungkol sa NCTD

Ang North County Transit District (NCTD) ay isang ahensya ng transportasyon para sa espesyal na distrito na nag-aalok ng mga serbisyo ng transit sa Hilaga ng San Diego County. Maaaring gamitin ng mga pasahero ang PRONTO - San Diego app o bisitahin ang www.ridepronto.com para magparehistro ng account at bumili ng mga tiket at pass para sa biyahe.



Impormasyon sa Pakikipag-ugnayan

205 South Tremont Street, Oceanside, CA 92054

www.gonctd.com

(760) 966-6500

Mga Pamasaha at Pass para sa One-Way na Biyahe (Senior (65+)/May Kapansanan/Medicare)

Maaaring magbago ang mga rate. Para sa pinakabagong pamasaha, bisitahin ang www.gonctd.com.

BREEZE Bus: \$1.25 hanggang \$1.50	Coaster 2 Zone: \$2.75 hanggang \$3.50 (o \$58 hanggang \$70 para sa 30-Araw na Pass)
SPRINTER Hybrid Rail: \$1.25 hanggang \$1.50	Coaster 3 Zone: \$3.25 hanggang \$3.50 (o \$58 hanggang \$70 para sa 30-Araw na Pass)
FLEX Demand Response \$2.50 hanggang \$3.00	Pang-rehiyon na Arawang Pass (SPRINTER, BREEZE, MTS Bus, MTS Trolley, MTS Rapid): \$3 hanggang \$3.50 (o \$23 hanggang \$30 para sa 30-Araw na Pass)
Coaster 1 Zone: \$2.50 hanggang \$3.50 (o \$58 hanggang \$70 para sa 30-Araw na Pass)	Premium na Pang-rehiyon na Arawang Pass (Pang-rehiyon na Pass kasama ang MTS Rapid Express): \$6 hanggang \$8 (o \$32 hanggang \$45 para sa 30-Araw na Pass)

Ang Impormasyon sa Pamasaha para sa mga Senior/May Kapansanan/Medicare ay matatagpuan sa: www.gonctd.com/fares/reduced-fare-eligibility/

Pangunahing Madudulugan sa Transportasyon: 511

Mga 511

Pinagsasama-sama ng website ng 511 ang impormasyon tungkol sa transportasyon sa rehiyon ng San Diego sa isang one-stop na madudulugan. Nagbibigay ang 511 ng impormasyon tungkol sa mga kondisyon ng trapiko, mga insidente at oras ng pagmamaneho, iskedyul, ruta, at impormasyon sa pamasaha para sa pampublikong transportasyon (MTS, NCTD, atbp.), mga referral para sa carpool at vanpool, impormasyon sa pagbibisikleta, at marami pang iba. Ang awtomatikong serbisyo ng 511 ay magagamit 24 na oras sa isang araw, 7 araw sa isang linggo, at maaaring makaugnayan sa pamamagitan ng pagtawag sa 511 sa San Diego County, o sa pamamagitan ng pag-dial sa 1-855-GO-SD-511.



Impormasyon sa Pakikipag-ugnayan

401 B Street, Suite 800, San Diego, CA 92101

www.511sd.com

(619) 699-1900 | 1-855-GO-SD-511

Mga Tampok

Trapiko:

- Mga kumpleto ang tampok at pinasimpleng mapa kabilang ang mga kasalukuyang insidente at impormasyon sa konstruksyon.

Transit:

- Kung alam mo na ang iyong ruta, gamitin ang tool na Transit Trip Planner para makita ang mga mapa.
- Matutulungan ng Freeway Service Patrol (FSP) ang mga motorista sa galon ng gasolina, pagpapalit ng flat na gulong, pag-jump start, at tubig para sa radiator. Kung hindi mapaandar ng FSP ang sasakyan, hihilahin nila ito nang walang bayad papunta sa isang ligtas at paunang natukoy na lokasyon.

Mga Uri ng Serbisyo

Antas ng
Tulong

Mababa

Curb-to-curb na Serbisyo:

- Isang uri ng transportasyon kung saan sinusundo at inihahatid ng sasakyang transit ang pasahero sa bangketa o driveway sa harap ng kanilang bahay o destinasyon.
- Sa isang serbisyo na curb-to-curb, hindi tinutulungan ng drayber ang pasahero sa mga paglalakad o paghakbang patungo sa pinto ng bahay o destinasyon.

Serbisyong Pinto-sa-Pinto:

- Isang uri ng transportasyon na kinabibilangan ng tulong sa pasahero sa pagitan ng sasakyan at ng pinto ng bahay ng pasahero o iba pang destinasyon.

Serbisyong Pinto-hanggang-loob-ng Pinto:

- Isang uri ng transportasyon kung saan ang drayber ay nagbibigay ng tulong hanggang sa pintuan ng isang tirahan at/o destinasyon.

Transportasyong para sa Hindi Medikal na Emergency:

- Serbisyong transportasyon na ibinibigay sa mga indibidwal na wala sa isang emergency ngunit nangangailangan ng higit na tulong kaysa sa kayang ibigay ng taxi o iba pang serbisyo ng transportasyon.
- Ang mga sasakyan ay kadalasang may espesyal na kagamitan upang maihatid ang mga pasaherong nasa wheelchair, stretcher o may iba pang mga espesyal na pangangailangan.
- Sa ilang mga kaso, maaaring saklawin ng iyong planong pangkalusugan ang transportasyong ito.

Mataas

Hanapin ang Iyong Susunod na Sasakyan

Inililista ng seksyong ito ang mga tagapagbigay ng serbisyong transportasyon na nagsisilbi sa lahat ng rehiyon ng San Diego County, pati na rin ang mga tagapagbigay ng serbisyo na nagsisilbi lamang sa mga partikular na rehiyon (Sentral, Silangan, Hilagang Baybayin/Loob ng Kalupaan, Hilagang Sentral, at Timog).

Para mahanap ang susunod mong sasakyan, hanapin ang seksyong “Lahat ng Rehiyon,” pati na rin ang seksyong pang-rehiyon kung saan matatagpuan ang iyong tahanan/pagmumulan. Ang bawat seksyon ay may kulay na naka-code, gaya ng ipinapakita sa ibaba.

LAHAT NG REHIYON (Pahina 10 – 14)

GITNA (Pahina 15)

SILANGAN (Pahina 16 – 17)

HILAGANG BAYBAYIN/LOOB NG KALUPAAN (Pahina 18-24)

HILAGANG SENTRAL (Pahina 25)

TIMOG (Pahina 26-27)

Pakitandaan: Mangyaring makipag-ugnayan ka nang direkta sa mga tagapagbigay ng serbisyo sa transportasyon para sa pinakabagong impormasyon.

Hanapin ang Iyong Susunod na Sasakyan

LAHAT NG REHIYON*					
Pangalan	Uri ng Serbisyo	Halaga	Pagiging Narapat	Pinagmulang Lugar	Paggamit at Kahandaang Magamit
Daan Tungo sa Paggaling ng American Cancer Society (888) 227-6333 www.cancer.org/support-programs-and-services/road-to-recovery.html	Curb-to-curb (Ambulatory) *Maghahatid ng aparatong pang-mobilidad	Walang Bayad; Batay sa kahandaan ng boluntaryo	Dapat may diagnosis ng kanser; Maaaring may iba pang mga kinakailangan sa pagiging karapat-dapat	Sa buong county; maaaring depende sa zip code	Naghahatid ng mga pasyenteng may diagnosis ng kanser papunta sa mga medikal na appointment na may kaugnayan sa kanser
Black Tiger Transportation (619) 457-0577	Door-to-door (walang hagdanan) *Pang-angat ng wheelchair/nagha-hatid ng gamit sa mobilidad *May upuang pang-hagdan na magagamit sa karagdagang \$50	\$40 na one-way, at \$5/milya (ambulatory) \$60 na one-way, at \$5/milya (hindi ambulatory) \$150 na one-way, \$7/milya (gurney)	Walang mga kinakailangan sa kwalipikasyon	Sa buong county	24/7 na transportasyong medikal na hindi pang-emergency; Dapat mag-book nang hindi bababa sa 48 oras bago ang biyahe (ang mga pagbiyahe sa parehong araw ay depende sa kahandaang magamit)
Disabled American Veterans (858) 552-7470 https://comm.dav.org/get-help-now/medical-transportation/	Curb-to-curb Door-to-door *Hindi tumatanggap ng mga wheelchair o gurney	Walang Bayad	Dapat ay isang beterano at ambulatory; Dapat matapos ang appointment bago mag-12PM upang magamit ang serbisyo (hindi kasama ang Oceanside)	Sa buong county	Transportasyon papunta/mula sa mga klinika ng VA Medical Centers, Mission Valley, at Oceanside para sa mga medikal na appointment; Dapat mag-book nang hindi bababa sa 2 linggo bago pa man

***Hindi nakita ang hinahanap mo? Ang mga karagdagang tagapagbigay ng serbisyo ay nakalista ayon sa rehiyon sa 10 mga kasunod na seksyon.**

Hanapin ang Iyong Susunod na Sasakyan

LAHAT NG REHIYON*					
Pangalan	Uri ng Serbisyo	Halaga	Pagiging Nararapat	Pinagmulang Lugar	Paggamit at Kahandaang Magamit
GoGoGrandparent (855) 464-6872 gogograndparent.com	Ambulatoryo Curb-to-curb *Maghahatid ng aparatong pang-mobilidad	\$16.99 na buwanang bayad sa pagiging miyembro; Pamasahe sa Uber/Lyft at \$.27/minuto	Walang mga kinakailangan sa pagiging kwalipikado; Kinakailangan ang pagpaparehistro at aktibong pagiging miyembro	Sa buong county	24/7 na transportasyon para sa pamimili ng grocery, mga medikal na appointment, mga gawain, atbp. sa loob ng 100 milya; Dapat mag-book nang hindi bababa sa 15 minuto bago ang biyahe
Lyft lyft.com	Curb-to-curb *Maaaring gamitin sa wheelchair kapag naka-enable ang Access Mode	Depende sa milya ng biyahe	Walang mga kinakailangan sa kwalipikasyon	Sa buong county	Anumang paggamit; Agarang serbisyo
MTS Access (844) 299-6326 www.sdmts.com/rider-info-accessibility/mts-access	Curb-to-curb Door-to-door *Pang-angat ng wheelchair/nag hahatid ng gamit sa mobilidad	\$5 na one-way na pamasahe para sa lahat ng MTS zone; \$50 para sa pag-book ng 10-pack na tiket	Dapat ay sertipikado ng ADA; Kinakailangan ang aplikasyon	Tumawag upang malaman kung nasa loob ng lugar ng serbisyo ang iyong panggagalingan/patutunguhan	Anumang paggamit

**Hindi nakita ang hinahanap mo? Ang mga karagdagang tagapagbigay ng serbisyo ay nakalista ayon sa rehiyon sa mga kasunod na seksyon.*

Hanapin ang Iyong Susunod na Sasakyan

LAHAT NG REHIYON*					
Pangalan	Uri ng Serbisyo	Halaga	Pagiging Nararapat	Pinagmulang Lugar	Paggamit at Kahandaang Magamit
NCTD LIFT (760) 726-1111 gonctd.com/services/lift-paratransit/	Curb-to-curb *Pang-angat ng wheelchair/nag hahatid ng gamit sa mobilidad	\$5 na one-way na pamasaha; \$50 para sa pag-book ng 10-pack na tiket	Dapat ay sertipikado bilang karapat-dapat; Kinakailangan ang aplikasyon	Tumawag upang malaman kung ang iyong pagmumulan/patutunguhan ay nasa lugar ng serbisyo	Anumang paggamit; Dapat mag-book nang hindi bababa sa 1 araw bago ang biyahe
On the Go Navigator (858) 637-3210 www.ifssd.org/our-services/older-adults	Curb-to-curb *Maghahatid ng aparatong pang-mobilidad	Halaga ng pagsakay sa LYFT kasama ang \$6 na bayad sa serbisyo bawat biyahe	Edad 60 at pataas at may aktibong rehistrasyon sa On the Go	Sa buong county	Anumang paggamit; Dapat mag-book nang hindi bababa sa 30 minuto bago ang biyahe. Magagamit mula 8am-4pm, Lunes - Biyernes
San Ysidro Health Transportation Program (619) 931-1998 www.syhealth.org/services/transportation	Door-to-door *Pang-angat ng wheelchair, naghahatid ng natitiklop na wheelchair	Walang Bayad	Dapat ay pasyente ng San Ysidro at walang transportasyon papunta at pabalik mula sa klinika	Sa buong county	Transportasyon papunta at pabalik mula sa mga klinika ng San Ysidro nang hanggang 3 beses bawat buwan; Dapat iiskedyul 2 linggo bago pa man

***Hindi nakita ang hinahanap mo? Ang mga karagdagang tagapagbigay ng serbisyo ay nakalista ayon sa rehiyon sa mga kasunod na seksyon.**

Hanapin ang Iyong Susunod na Sasakyan

LAHAT NG REHIYON*					
Pangalan	Uri ng Serbisyo	Halaga	Pagiging Nararapat	Pinagmulang Lugar	Paggamit at Kahandaang Magamit
Sol Transportation (866) 765-3177 soltransportation.com/our-services/#senior-transportation	Door-to-door *Pang-angat ng wheelchair/nag hahatid ng gamit sa mobilidad	\$50 para sa serbisyo + \$4.50/milya (Wheelchair); \$200 para sa serbisyo + \$6/milya	Walang mga kinakailangan sa kwalipikasyon	Sa buong county	Transportasyon ng wheelchair na hindi pang-emergency at hindi pang-ambulatoryo; Pangunahing nagseserbisyo para sa mga medikal na appointment
TLC Medical Transport (619) 284-7433 tlcride.com	Curb-to-curb Door-to-door *Pang-angat ng wheelchair/nag hahatid ng gamit sa mobilidad	\$85 para sa serbisyo + \$6/milya (Van ng Wheelchair); \$225 para sa serbisyo + \$12/milya (Gurney Van)	Walang mga kinakailangan sa kwalipikasyon	Sa buong county	Transportasyon ng wheelchair at gurney na hindi pang-emergency; Pinapayagan ang pag-iskedyul sa parehong araw
Transit Van Shuttle (866) 537-9778 transitvanshuttle.com	Door-to-door	Depende sa milya ng biyahe	Walang mga kinakailangan sa kwalipikasyon	Sa buong county	Serbisyong charter at transportasyong medikal na hindi pang-emergency papunta sa anumang destinasyon; Dapat mag-book nang hindi bababa sa 1 araw bago ang biyahe

**Hindi nakita ang hinahanap mo? Ang mga karagdagang tagapagbigay ng serbisyo ay nakalista ayon sa rehiyon sa mga kasunod na seksyon.*

Hanapin ang Iyong Susunod na Sasakyan

LAHAT NG REHIYON*					
Pangalan	Uri ng Serbisyo	Halaga	Pagiging Nararapat	Pinagmulang Lugar	Paggamit at Kahandaang Magamit
Travelers Aid Society of San Diego (619) 295-8393 ext. 314 travelersaidsandiego.org	Maraming programa ang magagamit — humingi ng tulong sa pagpili ng tama.	Walang Bayad	Mga senior citizen na may edad 60 pataas na mababa ang kita	Sa buong county	Menu ng mga libreng opsyon sa transportasyon, kabilang ang mga bus pass ng senior, MTS Access/LYFT Voucher, at programang boluntaryo na drayber (nakadepende sa kahandaang magamit)
Uber uber.com	Curb-to-curb *Naa-access ng wheelchair kapag naka-enable ang Wav	Depende sa milya ng biyahe	Walang mga kinakailangan sa kwalipikasyon	Sa buong county	Anumang paggamit; Agarang serbisyo
Yellow Taxicab (619) 444-4444 (858) 444-4444 (760) 444-4444 driveu.com	Curb-to-curb *Maghahatid ng aparatong pang-mobilidad	\$3 na hindi nagbabagong bayad at \$3.30/milya. *May 10% Diskwento para sa mga Nakatatanda	Walang mga kinakailangan sa kwalipikasyon	Sa buong county	Anumang paggamit; Agarang serbisyo

**Hindi nakita ang hinahanap mo? Ang mga karagdagang tagapagbigay ng serbisyo ay nakalista ayon sa rehiyon sa mga kasunod na seksyon.*

Hanapin ang Iyong Susunod na Sasakyan

Siguraduhing tingnan din ang seksyong “Lahat ng Rehiyon” simula sa pahina 10 para makahanap ng mga karagdagang tagapagbigay ng serbisyo na nagsisilbi sa Sentral na rehiyon.

SENTRAL					
Pangalan	Uri ng Serbisyo	Halaga	Pagiging Nararapat	Pinagmulang Lugar/ZIP	Paggamit at Kahandaang Magamit
Mid-City Go midcitygo.com	Curb-to-curb serbisyong ride-share ng mga de-kuryenteng sasakyan	Walang Bayad	Walang mga kinakailangan sa kwalipikasyon	North Park, City Heights	Mga oras ng serbisyo: Lunes hanggang Biyernes, 9 am hanggang 5 pm Humiling ng mga pagsakay Sa pamamagitan ng San Diego app
Programang Nutrisyon ng Senior ng Door of Hope (858) 483-1831 ext. 9 sandiego.salvationarmy.org/san_diego2/club-60/	Door-to-door *Naghahatid ng gamit sa mobilidad (walang mga wheelchair)	\$2 na iminumungkahing donasyon	Edad 60 pataas; Dapat mag-enroll sa programa ng nutrisyon	Lungsod ng San Diego (92111, 92117, 92123)	Transportasyon ng grupo papunta sa mga programa sa nutrisyon para sa mga senior citizen sa Metro Area; Dapat mag-book 1 araw bago ang biyahe
Seniors A Go Go (619) 284-9281 elderhelpofsandiego.org/solutions-for-living/seniors-a-go-go/	Curb-to-curb Door-to-door Pinto-hanggang-loob-ng pinto *Naghahatid ng mga tungkod o walker	Nakabatay sa donasyon	Edad 60 pataas; Kinakailangan ang aplikasyon	Nag-iiba ang saklaw ng serbisyo batay sa kahandaan ng mga boluntaryo.	Mga pagsakay papunta sa mga medikal na appointment at iba pang destinasyon batay sa kapasidad ng mga boluntaryo; Mag-book ng mga pagsakay nang hindi bababa sa 1 linggo bago pa man
Veterans Transportation Service (858) 552-7572 www.va.gov/healthbenefits/vtp/veterans_transportation_service.asp	Curb-to-curb Door-to-door *Naa-access ng wheelchair	Walang Bayad	Dapat ay isang beterano; Ang mga appointment ay dapat gawin sa VA	Lungsod ng San Diego (Iba pang mga opsyon sa mga lungsod ng Chula Vista at El Cajon)	Transportasyong medikal papunta/mula sa mga medikal na sentro at klinika ng VA; Dapat mag-book nang hindi bababa sa 2 araw ng negosyo bago ang appointment

Hanapin ang Iyong Susunod na Sasakyan

Siguraduhing tingnan din ang seksyong “Lahat ng Rehiyon” simula sa pahina 10 para makahanap ng mga karagdagang tagapagbigay ng serbisyo na nagsisilbi sa Silangan na rehiyon.

SILANGAN

Pangalan	Uri ng Serbisyo	Halaga	Pagiging Nararapat	Pinagmulang Lugar	Paggamit at Kahandaang Magamit
La Maestra Family Clinic Transportation (619) 280-4213 lamaestra.org/index.php/transportasyon/	Curb-to-curb	Walang Bayad	Dapat ay isang pasyente ng La Maestra na walang mga opsyon sa transportasyon	Sa loob ng 5 milya mula sa klinika sa Fairmount Avenue	Transportasyong medikal papunta/mula sa klinika ng Fairmount Avenue o sa isang espesyalista; Mag-ayos para sa transportasyon kapag nagpapa-appointment
On the Go Rides & Smiles (858) 637-3210 www.jfssd.org/our-services/older-adults	Curb-to-curb *Maghahatid ng aparatong pang-mobilidad	Nakabatay sa donasyon	Edad 60 pataas at may limitadong access sa transportasyon; Kinakailangan ang aplikasyon	Limitado sa Silangan at Hilagang San Diego at Hilagang Loob ng Kalupaan ng County (partikular sa zip code, tingnan ang website)	Indibidwal na mga pagsakay papunta sa mga medikal at personal na appointment, mga aktibidad na panlipunan, mga gawain, atbp. Hanggang 10 beses bawat buwan; Dapat mag-book nang hindi bababa sa 5 araw bago ang biyahe
Via San Diego El Cajon Zone (619) 413-9986 city.ridewithvia.com/san-diego	Curb-to-curb; May mga Sasakyang maaari sa door-to-door at gamitan ng wheelchair kapag hiniling	\$2.50 na one way	Walang mga kinakailangan sa kwalipikasyon	El Cajon	Transportasyon sa paligid ng El Cajon. Humiling ng mga pagsakay Sa pamamagitan ng San Diego app o tumawag. Magagamit Lunes hanggang Biyernes, 8am hanggang 5pm

Hanapin ang Iyong Susunod na Sasakyan

Siguraduhing tingnan din ang seksyong “Lahat ng Rehiyon” simula sa pahina 10 para makahanap ng mga karagdagang tagapagbigay ng serbisyo na nagsisilbi sa Silangan na rehiyon.

SILANGAN					
Pangalan	Uri ng Serbisyo	Halaga	Pagiging Nararapat	Pinagmulang Lugar	Paggamit at Kahandaang Magamit
Seniors A Go Go (619) 284-9281 elderhelpofsandiego.org/solutions-for-living/seniors-a-go-go/	Curb-to-curb Door-to-door Pinto-hanggang-loob ng pinto *Naghahatid ng mga tungkod o walker	Nakabatay sa donasyon	Edad 60 pataas; Kinakailangan ang aplikasyon	Sentral at piling mga lugar ng Silangan at Hilaga ng County – tumawag upang malaman kung nasa loob ng lugar ng serbisyo ang iyong pagmumulang lugar	Transportasyon papunta sa mga medikal na appointment. Maaaring may mga masasakyan papunta sa ibang destinasyon batay sa kapasidad ng mga boluntaryo. Kapag nakapag-enroll na, dapat mag-book ng masasakyan nang hindi bababa sa 1 linggo bago pa man
Programang Nutrisyon ng Senior ng Salvation Army (Club 60) (619) 592-8292 sandiego.salvationarmy.org/san_diego2/club-60/	Door-to-door *Maghahatid ng aparatong pang-mobilidad	\$2 na iminumungkahing donasyon	Edad 60 pataas; Dapat mag-enroll sa programa ng nutrisyon	El Cajon (92019, 92020, 92021)	Transportasyon ng grupo papunta sa mga programa sa nutrisyon para sa mga senior citizen sa El Cajon; Dapat mag-book 1 araw bago ang biyahe
Veterans Transportation Service (858) 552-7572 www.va.gov/healthbenefits/vtp/veterans_transportation_service.asp	Curb-to-curb Door-to-door *Naa-access ng wheelchair	Walang Bayad	Dapat ay isang beterano; Ang mga appointment ay dapat gawin sa VA	El Cajon (Iba pang mga opsyon sa mga lungsod ng Chula Vista at San Diego)	Transportasyong medikal papunta/mula sa mga medikal na sentro at klinika ng VA; Dapat mag-book nang hindi bababa sa 2 araw bago ang appointment

Hanapin ang Iyong Susunod na Sasakyan

Siguraduhing tingnan din ang seksyong “Lahat ng Rehiyon” simula sa pahina 10 para makahanap ng mga karagdagang tagapagbigay ng serbisyo na nagsisilbi sa rehiyon ng Hilagang Baybayin/Loob ng Kalupaan.

HILAGANG BAYBAYIN/LOOB NG KALUPAAN					
Pangalan	Uri ng Serbisyo	Halaga	Pagiging Nararapat	Pinagmulang Lugar	Paggamit at Kahandaang Magamit
Carlsbad West Taxi Company (760) 710-7373	Curb-to-curb *Naghahatid ng gamit sa mobilidad/mga natutuping wheelchair	\$4/milya (\$80 na minimum)	Walang mga kinakailangan sa kwalipikasyon	Carlsbad, Oceanside, Encinitas, Vista, San Marcos, Escondido	Transportasyon papunta sa mga aktibidad, gawain, appointment, atbp.; Mga serbisyo mula 5am-7pm
City of San Marcos Catch-A-Ride! Lunch Shuttle (760) 744-5535 ext. 3605 www.sanmarcosca.gov/Parks-Recreation/Senior-Center	Curb-to-curb *Pang-angat ng wheelchair/naghatid ng gamit sa mobilidad	\$1 na donasyon bawat biyahe; \$5 na iminumungkahing donasyon para sa tanghalian	Mga residente ng San Marcos na may edad na 60 pataas	San Marcos; 92069 92078	Transportasyon papunta/mula sa programa ng nutrisyon Lunes – Biyernes; Kailangang magparehistro bago pa man para sa programang tanghalian. Dapat mag-book bago mag-2pm isang araw ng linggo bago ang tanghalian
City of Vista Senior Nutrition Program (760) 643-5288 www.vista.gov/departments/recreation-comm-services/senior-services/nutrition-program	Door-to-door (Ambulatory) *Pang-angat ng wheelchair/naghatid ng gamit sa mobilidad	\$1 na iminumungkahing donasyon, balikan	Mga residente ng Vista na may edad 60 pataas; Kinakailangan ang aplikasyon	Vista	Transportasyon papuntang sentro para sa tanghalian. Tumawag para mag-iskedyul ng biyahe. Magpareserba bago mag-1pm bago ang araw ng tanghalian

Hanapin ang Iyong Susunod na Sasakyan

Siguraduhing tingnan din ang seksyong “Lahat ng Rehiyon” simula sa pahina 10 para makahanap ng mga karagdagang tagapagbigay ng serbisyo na nagsisilbi sa rehiyon ng Hilagang Baybayin/Loob ng Kalupaan.

HILAGANG BAYBAYIN/LOOB NG KALUPAAN					
Pangalan	Uri ng Serbisyo	Halaga	Pagiging Nararapat	Pinagmulang Lugar	Paggamit at Kahandaang Magamit
Lungsod ng Vista Out at Tungkol sa Transportasyon ng Nakatatanda (760) 643-5288 www.vista.gov/departments/recreation-community-services/senior-services/out-about-transportation-program	Door-to-door Naa-access ng wheelchair	\$5 na balikan \$3 na one way	Mga residente ng Vista na may edad 60+	Vista	Serbisyo ng van para sa mga grocery at mga medikal na appointment. May mga masasakyan para sa mga medikal na serbisyo tuwing Martes, Huwebes, at Biyernes mula 9am–1pm; Tingnan ang website o tumawag para sa iskedyul ng serbisyo para sa grocery. Kinakailangan ang reserbasyon na 72 oras bago pa man
Encinitas Senior Center Lunch Transportation (760) 943-2258 www.encinitasca.gov/government/departments/parks-recreation-cultural-arts/recreation-programs/community-senior-center/adults-50-plus	Curb-to-curb *Maaaring maghatid ng mga walker	\$4 na iminumungkahing donasyon para sa balikang biyahe	Mga residente ng Encinitas na may edad 60 pataas at walang bisitang wala pang 60; Kinakailangan ang aplikasyon	Encinitas (92007, 92024)	Transportasyon papunta/mula sa programa sa nutrisyon ng Sentro (\$4 na iminumungkahing donasyon para sa tanghalian para sa may edad na 60 pataas); Dapat mag-book bago mag-12pm sa araw ng negosyo bago ang iyong biyahe

Hanapin ang Iyong Susunod na Sasakyan

Siguraduhing tingnan din ang seksyong “Lahat ng Rehiyon” simula sa pahina 10 para makahanap ng mga karagdagang tagapagbigay ng serbisyo na nagsisilbi sa rehiyon ng Hilagang Baybayin/Loob ng Kalupaan.

HILAGANG BAYBAYIN/LOOB NG KALUPAAN

Pangalan	Uri ng Serbisyo	Halaga	Pagiging Nararapat	Pinagmulang Lugar	Paggamit at Kahandaang Magamit
Del Mar Community Connections Sassy Chassis Van Services (858) 792-7565 www.dmcc.cc/essentialtransportation	Curb-to-curb	Walang Bayad	Edad 60 pataas; Hindi kayang magmaneho; Residente ng 92014 ZIP code, naninirahan sa Lungsod ng Del Mar, o sa Hilaga ng Carmel Valley Rd at Timog ng Via De La Valle;	Del Mar	Transportasyon ng grupo papunta sa mga tindahan ng tingiyan at grocery para sa mahahalagang pamimili; Dapat mag-book ng 1 linggo bago ang biyahe
Del Mar Community Connections Foxy Flyer Wheelchair Rides (858) 792-7565 www.dmcc.cc/essentialtransportation	Mga door-to-door na pagsakay ng wheelchair	Walang Bayad	Mga nasa hustong gulang na residente ng zip code na 92014 na gumagamit ng wheelchair; Kinakailangan ang aplikasyon; Dapat nabakunahan laban sa COVID-19	Del Mar	Transportasyon papunta sa mga medikal na appointment o mga kinakailangang gawain; Dapat mag-book ng 1 linggo bago ang biyahe
Center for Senior Wellbeing (760) 723-7570 centerforseniorwellbeing.org/services/transportation/	Door-to-door *Maghahatid ng aparatong pang-mobilidad	\$10 na iminumungkahing donasyon para sa balikang biyahe; Magtanong tungkol sa mga serbisyo para sa mga mababa ang kita sa pamamagitan ng	Mga Senior na Edad 60 Pataas at may mga Kapansanan; Kinakailangan ang form para sa pagiging kwalipikado	Fallbrook, Bonsall, Rainbow, at De Luz	Lunes – Biyernes na Transportasyon papunta/mula sa programa para sa araw ng mga nasa hustong gulang, appointment para sa kalusugan, tindahan ng grocery, botika, at iba pa; Paghahatid ng mga grocery sa bahay; Mag-book nang hindi bababa sa 48 oras bago pa man

Hanapin ang Iyong Susunod na Sasakyan

Siguraduhing tingnan din ang seksyong “Lahat ng Rehiyon” simula sa pahina 10 para makahanap ng mga karagdagang tagapagbigay ng serbisyo na nagsisilbi sa rehiyon ng Hilagang Baybayin/Loob ng Kalupaan.

HILAGANG BAYBAYIN/LOOB NG KALUPAAN

Pangalan	Uri ng Serbisyo	Halaga	Pagiging Nararapat	Pinagmulang Lugar	Paggamit at Kahandaang Magamit
Go Oceanside (760) 435-5155 www.ci.oceanside.ca.us/government/parks-recreation/senior-centers-services/transportation-services	Pinto-hanggang-loob-ng pinto (serbisyo ng boluntaryong drayber at shuttle)	Walang Bayad na boluntaryong drayber at serbisyo ng shuttle	Mga residente ng Oceanside na may edad 65 pataas; Kinakailangan ang aplikasyon	Oceanside	Transportasyon para sa mga medikal na appointment; Dapat mag-book nang hindi bababa sa 1 linggo bago pa man at hanggang 2 buwan; Limitado sa 4 na pagsakay bawat tao bawat buwan; Mayroon ding mga serbisyo para sa grocery.
gO'Side Shuttle (760) 547-7870 visitoceanside.org/goside-shuttle-oceanside/	Bahaginang pagsakay, on-demand na shuttle	\$3.00 bawat sasakay	Walang mga kinakailangan sa kwalipikasyon	Oceanside	Transportasyon ng carpooled na shuttle para sa malapitang biyahe sa Oceanside. Mga oras ng serbisyo: Miyerkules – Linggo, 2pm-10pm.
NCTD+ (North County Transit) (760) 966-6500 gonctd.com/services/nctdplus/	Bahaginang pagsakay, on-demand na shuttle	\$1.50 Papunta/Mula sa mga Istasyon ng SPRINT \$3.00 Kahit Saan sa Lugar ng Serbisyo	Walang mga kinakailangan sa kwalipikasyon	San Marcos, Vista	Transportasyon sa loob ng isang lugar ng serbisyo. Maaaring hilingin na maglakad nang maikling distansya upang salubungin ang sasakyan sa isang tinukoy na lugar na sunduan/babaan. Mga Oras ng Serbisyo: Lunes – Biyernes, 6am – 8pm, Sabado – Linggo, 8am – 8pm

Hanapin ang Iyong Susunod na Sasakyan

Siguraduhing tingnan din ang seksyong “Lahat ng Rehiyon” simula sa pahina 10 para makahanap ng mga karagdagang tagapagbigay ng serbisyo na nagsisilbi sa rehiyon ng Hilagang Baybayin/Loob ng Kalupaan.

HILAGANG BAYBAYIN/LOOB NG KALUPAAN					
Pangalan	Uri ng Serbisyo	Halaga	Pagiging Nararapat	Pinagmulang Lugar	Paggamit at Kahandaang Magamit
North County Transit District LIFT (760) 726-1111 gonctd.com/services/lift-paratransit/	Curb-to-curb *Naa-access ng Wheelchair	\$5 na one-way o \$50 para sa pag-book ng 10 tiket	Dapat may kapansanan at nakakatugon sa mga partikular na pamantayan; Bisitahin ang website o tumawag para sa karagdagang impormasyon	Karamihan sa mga lugar ng Hilagang Loob ng Kalupaan at Hilagang Baybayin ng San Diego (*3/4 ng isang milya sa loob ng ruta ng bus)	Transportasyon para sa mga medikal na appointment, pamimili ng grocery, mga gawain, at marami pang iba. Dapat iiskedyul ang mga biyahe 1–7 araw bago pa man
On the Go Rides & Smiles (858) 637-3210 www.jfssd.org/our-services/older-adults	Curb-to-curb *Maghahatid ng aparatong pang-mobilidad	Nakabatay sa donasyon	Mga nakatatandang nasa edad 60 pataas na naninirahan sa mga piling zip code	Limitado sa Silangan at Hilagang San Diego at Hilagang Loob ng Kalupaan ng County (partikular sa zip code, tingnan ang website)	Mga indibidwal na pagsakay. Hanggang 10 pagsakay kada buwan; Magpareserba nang hindi bababa sa 5 araw bago pa man
Vista Community Clinic Transportation (844) 308-5003 www.vistacommunityclinic.org/	Curb-to-curb Door-to-door	Walang Bayad	Para lamang sa mga pasyenteng sa ambulatoryo ng VCC na walang access sa ibang paraan ng transportasyon;	Vista at Oceanside	Transportasyon papunta/mula sa lokasyon ng klinika; Dapat mag-book nang hindi bababa sa 24 oras bago ang biyahe (tumawag para kumpirmahin ang availability)

Hanapin ang Iyong Susunod na Sasakyan

Siguraduhing tingnan din ang seksyong “Lahat ng Rehiyon” simula sa pahina 10 para makahanap ng mga karagdagang tagapagbigay ng serbisyo na nagsisilbi sa rehiyon ng Hilagang Baybayin/Loob ng Kalupaan.

HILAGANG BAYBAYIN/LOOB NG KALUPAAN					
Pangalan	Uri ng Serbisyo	Halaga	Pagiging Nararapat	Pinagmulang Lugar	Paggamit at Kahandaang Magamit
Park Avenue Community Center Transportation (760) 839-4803 www.escondido.gov/Facilities/Facility/Details/Park-Avenue-Community-Center-3	Curb-to-curb	\$1 na iminungkahing donasyon sa bawat biyahe	Edad 60 pataas; Kinakailangan ang aplikasyon; Limitado ang bilang ng mga pagsakay	Escondido	Transportasyon papunta sa programa sa nutrisyon ng Sentro; Dapat mag-book ng 48 oras bago ang biyahe (Lunes – Biyernes maliban sa mga pista opisyal)
Programang Kupon ng Taxi sa Escondido ng Konseho ng Serbisyon Senior 728 N Broadway, Escondido, CA 92025 (760) 480-0611 escondido-senior-services.org/services/taxi-vouchers/	Curb-to-curb	Walang Bayad	Maaaring maging kwalipikado ang mga senior citizen na mababa ang kita sa Escondido na walang ibang paraan ng transportasyon.; Mag-apply nang personal na may patunay ng kita at ID na may larawan.	Escondido	Mga kupon ng taxi para sa mga medikal na appointment, pamimili, pagbabangko, atbp. sa Escondido lamang

Hanapin ang Iyong Susunod na Sasakyan

Siguraduhing tingnan din ang seksyong “Lahat ng Rehiyon” simula sa pahina 10 para makahanap ng mga karagdagang tagapagbigay ng serbisyo na nagsisilbi sa rehiyon ng Hilagang Baybayin/Loob ng Kalupaan.

HILAGANG BAYBAYIN/LOOB NG KALUPAAN					
Pangalan	Uri ng Serbisyo	Halaga	Pagiging Nararapat	Pinagmulang Lugar	Paggamit at Kahandaang Magamit
Programa sa Transportasyon para sa mga Nakatatanda sa Solana Beach (858) 923-1344 www.jfssd.org/our-services/older-adults/on-the-go-transportation-solutions-for-older-adults/on-the-go-solana-beach/	Magagamit ang curb-to-curb at door-to-door	Walang Bayad	Edad 65 pataas	Solana Beach	Mga Petsa ng Programa: 5/1/2026-10/31/2026 Dapat magsimula at magtapos ang pagsakay sa Solana Beach; May serbisyo tuwing Miyerkules 8am-1pm, Huwebes 10am-7pm
Tri-City Patient Transport Express (760) 940-7433 tricitymed.org/patients-visitors/visitors-guide/getting-here-parking/	Curb-to-curb *Pang-angat ng wheelchair/nagha hatid ng gamit sa mobilidad	Walang Bayad	Mga pasyente sa Tri-City na walang ibang paraan ng transportasyon	San Marcos, Vista, Carlsbad, Oceanside	Transportasyon papunta at pabalik mula sa mga medikal na appointment lamang; 7:30am-3pm; Dapat mag-book nang hindi bababa sa 1 araw bago ang biyahe, tumawag kapag nakumpirma na ang medikal na appointment

Hanapin ang Iyong Susunod na Sasakyan

Siguraduhing tingnan din ang seksyong “Lahat ng Rehiyon” simula sa pahina 10 para makahanap ng mga karagdagang tagapagbigay ng serbisyo na nagsisilbi sa Hilagang Sentral na rehiyon.

HILAGANG SENTRAL					
Pangalan	Uri ng Serbisyo	Halaga	Pagiging Nararapat	Pinagmulang Lugar	Paggamit at Kahandaang Magamit
Out & About Peninsula (619) 223-1640 sdcvdc.org/programs/out-about-peninsula/	Curb-to-curb (serbisyo ng boluntaryong drayber) Pinto-hanggang-loob-ng Pinto (serbisyo ng van) *Maghahatid ng aparatong pang-mobilidad	\$50/taon na bayad sa pagiging miyembro \$5 na iminumungkahing donasyon para sa shopping van; Walang bayad para sa serbisyo ng boluntaryong drayber	Edad 60 pataas; Dapat ay isang rehistradong miyembro ng Peninsula Shepard Center	Mga zip code: 92106, 92107, 92110	Transportasyon para sa mga medikal na appointment, pamimili ng grocery, at marami pang iba; Dapat mag-book nang hindi bababa sa 1 araw bago pa man para sa shopping van o 1 linggo bago pa man para sa mga serbisyo ng boluntaryong driver
Seniors A Go Go (619) 284-9281 elderhelpofsandiego.org	Curb-to-curb Door-to-door Pinto-hanggang-loob-ng pinto *Naghahatid ng mga tungkod o walker	Nakabatay sa donasyon	Edad 60 pataas; Kinakailangan ang aplikasyon	Sentral at piling mga lugar ng Hilaga ng County – tumawag upang malaman kung nasa loob ng lugar ng serbisyo ang iyong pagmumulang lugar	Transportasyon papunta sa mga medikal na appointment. Maaaring may mga pagsakay papunta sa ibang destinasyon batay sa kapasidad ng mga boluntaryo; Kapag nakapag-enroll na, dapat mag-book ng pagsakay nang hindi bababa sa 1 linggo bago pa man.

Hanapin ang Iyong Susunod na Sasakyan

Siguraduhing tingnan din ang seksyong “Lahat ng Rehiyon” simula sa pahina 10 para makahanap ng mga karagdagang tagapagbigay ng serbisyo na nagsisilbi sa Timog na rehiyon.

TIMOG					
Pangalan	Uri ng Serbisyo	Halaga	Pagiging Nararapat	Pinagmulang Lugar	Paggamit at Kahandaang Magamit
Chula Vista Community Shuttle (619) 650-6386/opsyon 7 www.chulavistaca.gov/departments/housing-and-homeless-services	Curb-to-curb	Walang bayad para sa edad 55 pataas; \$2 para sa mga wala pang 55 taong gulang	Walang mga paghihigpit	Chula Vista	Transportasyon sa paligid ng Chula Vista. Magagamit ang mga serbisyong Lunes-Biyernes, 7am-7pm
IB Shuffling (619) 808-3970 www.ib-chamber.com/member/ib-shuffling	Curb-to-curb *Maaaring magdala ng mga aparatong pang-mobilidad	Flexible na presyo; \$10 na minimum na may bayad na \$5/upuan para sa mga grupong higit sa 2 tao	Walang mga paghihigpit	Imperial Beach	Transportasyon sa paligid ng Imperial Beach, walang mga paghihigpit sa paggamit ng sasakyan; May mga serbisyong magagamit mula 8am-2am
Free Rides Around National City (FRANC) www.nationalcityca.gov/community/franc-free-rides-around-national-city	Bangketa-sa-Bangketa	Walang Bayad	Walang mga paghihigpit	National City	Transportasyon sa paligid ng National City. Magagamit ang mga serbisyong Lunes-Biyernes, 6:30am-7:00pm, Sabado-Linggo, 10am-7pm
Programang Nutrisyon ng Senior ng Salvation Army (619) 498-0298 sandiego.salvationarmy.org/san_diego2/club-60/	Door-to-door *Maghahatid ng aparatong pang-mobilidad	\$2 na iminumungkahing donasyon	Edad 60 pataas; Dapat mag-enroll sa programa ng nutrisyon	Chula Vista (91910, 91911)	Transportasyon ng grupo papunta sa mga programa sa nutrisyon para sa mga senior citizen sa Chula Vista; Dapat mag-book 1 araw bago ang biyahe.

Hanapin ang Iyong Susunod na Sasakyan

Siguraduhing tingnan din ang seksyong “Lahat ng Rehiyon” simula sa pahina 10 para makahanap ng mga karagdagang tagapagbigay ng serbisyo na nagsisilbi sa Timog na rehiyon.

TIMOG					
Pangalan	Uri ng Serbisyo	Halaga	Pagiging Nararapat	Pinagmulang Lugar	Paggamit at Kahandaang Magamit
Paradise Health & Senior Center Transportation (619) 585-4257 paradivalehospital.net/our-services/health-senior-center/	Curb-to-curb *Pang-angat ng wheelchair/naghatid ng gamit sa mobalidad	Walang Bayad	Mga pasyente ng Paradise Valley Hospital na may edad 65 pataas	Mga Lungsod ng National City at Chula Vista	Transportasyong medikal lamang; Mag-ayos ng sasakyan kapag nagpapa-appointment Magagamit: 10am-12pm
SE Connect (619) 413-9986 www.sandag.org/seconnect	Bangketa-sa-Bangketa	Walang bayad hanggang Disyembre 2026	Walang mga paghihigpit	Mount Hope, Chollas View, Emerald Hills	Transportasyon sa paligid ng Timog-Silangang San Diego. Humiling ng mga pagsakay Sa pamamagitan ng San Diego app o tumawag. Magagamit ang serbisyo kapag Lunes-Biyernes, 7am – 7pm
Veterans Transportation Service (858) 552-7572 www.va.gov/healthbenefits/vtp/veterans_transportation_service.asp	Curb-to-curb Door-to-door *Naa-access ng wheelchair	Walang Bayad	Dapat ay isang beterano.	Chula Vista (Iba pang mga opsyon sa mga lungsod ng San Diego at El Cajon)	Transportasyong medikal papunta/mula sa mga medikal na sentro at klinika ng VA; Dapat mag-book nang hindi bababa sa 2 araw ng negosyo bago ang appointment

Gabay na Teknikal sa mga Smartphone App

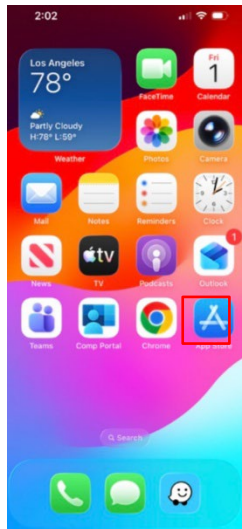


Gamit ang smartphone o tablet, maaari kang makakuha ng iba't ibang uri ng mga madudulugan sa transportasyon. Ang mga tagubilin sa ibaba ay gagabay sa iyo sa bawat hakbang sa proseso ng paghahanap at pag-download ng mga kapaki-pakinabang na app gamit ang iPhone, iPad, o Android (anumang hindi produkto ng Apple).

Paghahanap at pag-download ng mga app sa App Store (iPhone)

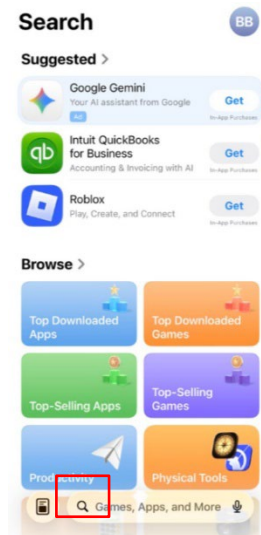
HAKBANG 1

Buksan ang App Store



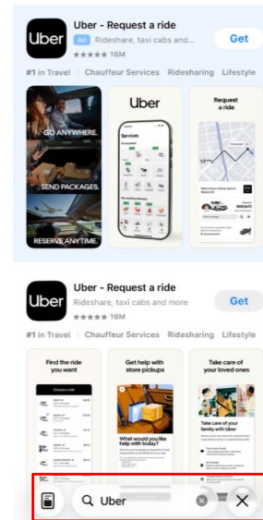
HAKBANG 2

I-tap ang magnifying glass



HAKBANG 3

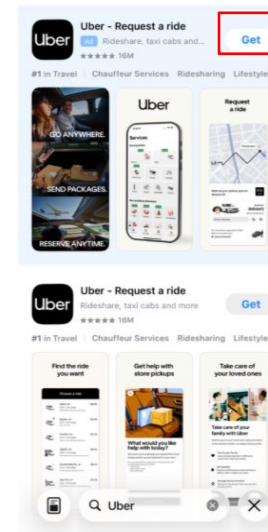
I-type ang pangalan ng app at i-tap ang SEARCH (HANAPIN)



HAKBANG 4

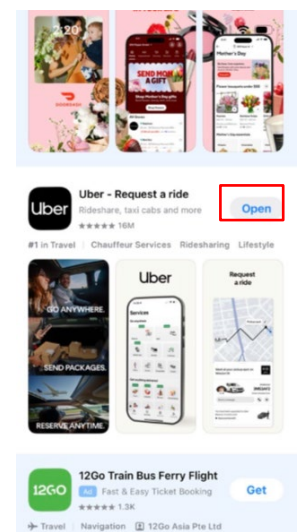
I-tap ang GET (KUNIN)

*Maaaring hilingin na ilagay ang passcode o i-double click ang pindutan sa gilid



HAKBANG 5

I-tap ang OPEN (BUKSAN)



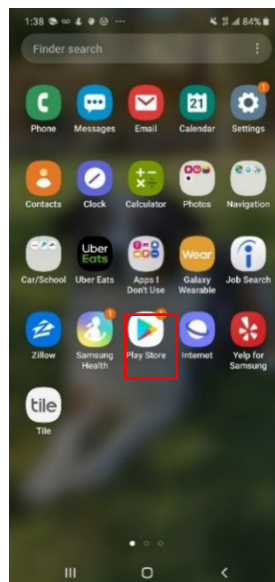
Gabay na Teknikal sa mga Smartphone App



Paghahanap at pag-download ng mga app sa Play Store (Android)

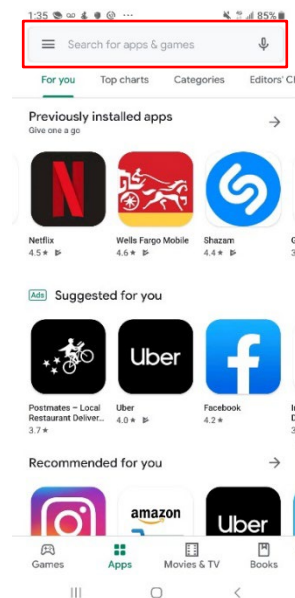
HAKBANG 1

Buksan ang Play Store



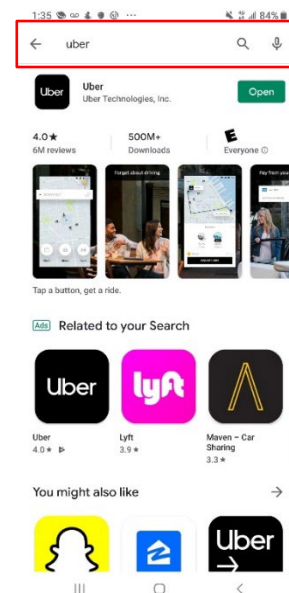
HAKBANG 2

I-tap ang search bar



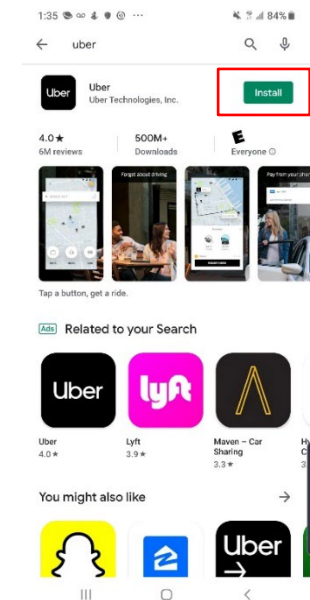
HAKBANG 3

I-type ang pangalan ng app at hanapin



HAKBANG 4

I-tap ang INSTALL (I-INSTALL)



Mga App para sa Transit at Transportasyon



PANGALAN	HALAGA	PAGLALARAWAN
Google Maps	Walang Bayad	Nag-aalok ng imahe ng satellite, larawan mula sa himpapawid, mga mapa ng kalye, 360° na panoramic view ng mga kalye, real-time na kondisyon ng trapiko, at pagpapalano ng ruta para sa paglalakbay sa pamamagitan ng paglalakad, kotse, bisikleta, eroplano, o pampublikong transportasyon.
Lyft	Umaasa sa mga milya ng biyahe	- Humingi ng pagsakay mula sa mga nasa malapit na drayber - Ipinapakita ng app ang pangalan, rating, at mga larawan ng drayber/kotse ng drayber
One Bus Away	Walang Bayad	- App ng mga ruta ng bus ng MTS na nagbibigay ng real time na datos ng transit para sa San Diego - Magtakda ng mga alerto sa pag-alis, subaybayan ang iyong ruta, at i-save ang iyong mga paboritong ruta
PRONTO – San Diego	Walang Bayad	- Bumili ng mga tiket at pass para sa mga serbisyong transit ng MTS at NCTD - Gumawa ng profile, planuhin ang iyong ruta, at subaybayan ang katayuan ng pagdating
Transit App	Walang Bayad	Mag-navigate sa pampublikong sistema ng transportasyon ng iyong lungsod gamit ang mga tumpak na real-time na hula, simpleng pagpapalano ng biyahe, hakbang-hakbang na nabigasyon, mga abiso sa pagkaantala ng serbisyo, at mga paalala sa pag-alis at paghinto.
Transit Tracker – San Diego	Walang Bayad	Hanapin ang pinakamalapit na istasyon ng bus na may mga naka-iskedyul na hintuan at tingnan ang mga malapit nang pag-alis sa pamamagitan lamang ng dalawang mabilisang pag-tap
Uber	Umaasa sa mga milya ng biyahe	- Humingi ng pagsakay mula sa mga nasa malapit na drayber - Ipinapakita ng app ang pangalan, rating, at mga larawan ng drayber/kotse ng drayber
Waze	Walang Bayad	- Ang GPS navigation software app ay nakakatulong sa paghanap ng mga direksyon at pag-iwas sa mga trapiko - Nagbibigay ng impormasyon sa nabigasyon, mga oras ng paglalakbay, at mga detalye ng ruta

Glosaryo ng Transportasyon

A

Aksesibilidad: Ang lawak kung saan ang mga pasilidad, kabilang ang mga sasakyang pangtransportasyon, ay walang mga harang at maaaring gamitin ng mga taong may kapansanan, kabilang ang mga gumagamit ng wheelchair.

ADA-complementary-paratransit-service (Serbisyo ng komplementaryong paratransit ng ADA): Inaatasan ng Americans with Disabilities Act (ADA) ang mga ahensya ng pampublikong transportasyon na nagbibigay ng serbisyong may nakapirming ruta na magbigay ng mga serbisyong "komplementaryong paratransit" sa mga taong may kapansanan na hindi maaaring gumamit ng serbisyo ng bus o tren na may nakapirming ruta dahil sa isang kapansanan. Partikular na tinutukoy ng mga regulasyon ng ADA ang populasyon ng mga kostumer na may karapatan sa serbisyong ito bilang isang karapatang sibil. Tinutukoy rin ng mga regulasyon ang mga minimum na katangian ng serbisyo na dapat matugunan upang maituring ang serbisyong ito na katumbas ng serbisyong may nakapirming ruta na nilalayong punan nito. Sa pangkalahatan, ang serbisyo ng komplementaryong paratransit ng ADA ay dapat ibigay sa loob ng 3/4 ng isang milya mula sa ruta ng bus o istasyon ng tren, sa parehong oras at araw, nang hindi hihigit sa doble ng regular na pamasahe sa nakapirming ruta.

Americans with Disabilities Act (ADA): Ipinasa ng Kongreso noong 1990, iniaatas ng Batas na ito ang pantay na pagkakataon para sa mga taong may kapansanan sa mga larangan ng trabaho, transportasyon, komunikasyon, at pampublikong akomodasyon. Sa ilalim ng ADA, karamihan sa mga tagapagbigay ng transportasyon ay obligadong bumili ng mga sasakyang may lift para sa kanilang mga serbisyong may nakapirming ruta at dapat tiyakin ang aksesibilidad sa buong sistema ng kanilang mga serbisyong tumutugon sa pangangailangan ng mga taong may kapansanan. Dapat ding dagdagan ng mga tagapagbigay ng pampublikong transportasyon ang kanilang mga serbisyong may nakapirming ruta ng mga serbisyo ng paratransit para sa mga taong hindi makagamit ng mga serbisyong may nakapirming ruta dahil sa kanilang kapansanan.

Administration on Aging (AoA): Isang ahensya ng Kagawaran ng Kalusugan at mga Serbisyong Pantao ng Estados Unidos na pinamumunuan ng Pangalawang Kalihim para sa Pagtanda. Ito ang pederal na sentro ng atensyon at ahensya ng pagtataguyod para sa mga matatanda, ayon sa ipinag-uutos ng AoA, at nangangasiwa sa karamihan ng mga programa ng AoA sa antas ng pederal. Pinopondohan ng AoA ang anim na pangunahing serbisyo: Mga serbisyong pansuporta (kabilang ang transportasyon); Nutrisyon; Mga serbisyo sa kalusugan na pang-iwas sa sakit; Pambansang Programa ng Suporta sa Tagapag-alaga ng Pamilya; Mga serbisyong nagpoprotekta sa mga karapatan ng mga mahihinang matatanda; atbp. Ang AoA ay nagbibigay ng pamumuno, teknikal na tulong, at suporta sa pambansang network ng mga nakatatanda.

Glosaryo ng Transportasyon

Area Agency on Aging (AAA or Triple A): Isang pampubliko o pribadong ahensyang hindi pangkalakal, na itinalaga ng estado upang tugunan ang mga pangangailangan at alalahanin ng lahat ng nakatatandang Amerikano sa antas ng rehiyon at lokal. Ang terminong "area agency on aging" ay isang pangkalahatang termino—maaaring mag-iba ang mga partikular na pangalan ng mga lokal na AAA [IRS designation of 501(c)(3)]. Ang mga Triple A ay pangunahing responsable para sa heograpikong lugar na isang lungsod, isang county, o isang distrito na marami ang county. Ang Triple A ay maaaring mailarawan bilang isang county, lungsod, konseho ng pagpapalano ng rehiyon, konseho ng mga pamahalaan, o negosyong hindi pangkalakal o pangkalakal. Ang lahat ng Triple A ay gumaganap ng tatlong mahahalagang tungkulin: Paggawa ng mga planong pangmatagalan, pagbibigay ng impormasyon at referral sa mga magagamit na serbisyo at programa, at pagkoordina ng mga AoA at iba pang pondo na sumusuporta sa kanilang lugar ng serbisyo.

Busway: Isang kalsadang nakalaan para sa mga bus lamang. Kilala rin bilang "linya ng bus."

Circulator bus: Isang bus na madalas bumibiyahe sa isang maliit na lugar na may maraming hintuan sa ruta. Karaniwan itong pinapatakbo sa isang lugar sa sentro ng lungsod o sa isang lugar na umaakit ng mga turista o malalaking grupo at may limitadong paradahan at masikip na mga kalsada. Maaari itong gamitin buong araw o sa mga oras lamang na may pinakamataas na demand, tulad ng rush hour o oras ng tanghalian.

Community transportation (Transportasyon sa komunidad): Ang pamilya ng mga serbisyo sa transportasyon sa isang komunidad, kabilang ang mga pampubliko at pribadong mapagkukunan, na magagamit upang tumugon sa mga pangangailangan sa mobilidad ng lahat ng miyembro ng komunidad.

Consolidated Transportation Services Agency (CTSA): Ang CTSA ay isang pagtatalaga sa ilalim ng batas ng estado, na nagtataguyod ng pagpapahusay sa mga mapagkukunan at operasyon na nakatuon sa mga espesyalisadong serbisyo sa transportasyon. Ang FACT ay ang CTSA sa rehiyon ng San Diego at ang mga serbisyong ibinibigay ng CTSA ay kinabibilangan ng mga referral sa transportasyon sa pamamagitan ng telepono, mga referral sa website, at pagsasagawa ng mga workshop sa pagsasanay sa mga napapanahong isyu na may kaugnayan sa mobilidad.

Curb-to-curb service (Serbisyonang curb-to-curb): Isang karaniwang katawagan para sa mga serbisyo ng paratransit, kung saan sinusundo at ibinababa ng sasakyang transit ang mga pasahero sa gilid ng bangketa o driveway sa harap ng kanilang tahanan o destinasyon. Sa isang serbisyo na curb-to-curb, hindi tinutulungan ng drayber ang pasahero sa mga paglalakad o paghakbang patungo sa pinto ng bahay o iba pang destinasyon.

Glosaryo ng Transportasyon

D

Demand-response-service-(Serbisyon tugon sa demand): Ang ganitong uri ng serbisyon pangtransportasyon ay nagbibigay-daan sa mga indibidwal na pasahero na humiling ng transportasyon mula sa isang partikular na lokasyon patungo sa isa pang partikular na lokasyon sa isang partikular na oras. Ang mga serbisyon ito ay kadalasang nangangailangan ng paunang reserbasyon.

Disabled-(May kapansanan): Sinumang tao na dahil sa sakit, pinsala, edad, congenital alteration, o iba pang permanente o pansamantalang kawalan ng kakayanan o kapansanan ay hindi makakagamit, nang walang mga espesyal na pasilidad, sa mga lokal na pasilidad at serbisyo ng transit nang kasing-epektibo ng mga taong hindi gaanong apektado.

Door-to-door-service-(Serbisyon door-to-door): Isang uri ng serbisyon paratransit na kinabibilangan ng tulong sa pasahero sa pagitan ng sasakyan at ng pinto ng bahay ng pasahero o iba pang destinasyon. Ang door-to-door ay nag-aalok ng mas mataas na antas ng serbisyo kaysa sa curb-to-curb, ngunit hindi kasing-espesyalisado ng serbisyon "door-through-door," kung saan aktwal na nagbibigay ang drayber ng tulong sa loob ng pinagmulan o destinasyon.

Door-through-door-service-(Serbisyon door-through-door): Ang serbisyo sa pasahero ay ibinibigay hanggang sa pinto ng tirahan at/o destinasyon ng isang drayber o escort ng transportasyon.

B

Fare-box-revenue-(Kita mula sa pamasah): Isang termino para sa pampublikong transportasyon para sa pera o mga tiket na nakolekta bilang kabayaran para sa mga biyahe. Maaaring kabilang sa kita mula sa pamasah ang pera, mga tiket, mga token, mga transfer, o mga resibo ng pass.

Fare-structure-(Istruktura ng pamasah): Ang batayan sa pagtukoy kung paano sinisingil ang mga pamasah. Ang mga karaniwang uri ng istruktura ng pamasah ay batay sa distansya (kung mas mahaba ang biyahe, mas mataas ang pamasah), batay sa oras (mas mataas ang pamasah para sa mga biyahe sa oras ng peak hour), o batay sa kalidad (ang mga biyaheng tumutugon sa demand ay karaniwang mas mahal kaysa sa mga biyaheng may takdang ruta o mga pamasah na hindi nagbabago). Maaari ring magkaiba ang istruktura ng pamasah batay sa edad, kita, o kapansanan ng pasahero. Halimbawa, kadalasang mas mababang pamasah ang sinisingil para sa mga matatanda, mga bata at kabataan, mga tumatanggap ng Medicaid, mga taong may limitadong kita, at mga taong may kapansanan.

Glosaryo ng Transportasyon

Federal Transit Administration (FTA): Isang bahagi ng Kagawaran ng Transportasyon ng Estados Unidos na nangangasiwa sa pederal na pondo upang masuportahan ang iba't ibang lokal na naplano, itinayo, at pinapatakpong sistema ng pampublikong transportasyon sa buong Estados Unidos, kabilang ang mga bus, subway, light rail, commuter rail, streetcar, monorail, mga pampasaherong ferry boat, inclined railway, at mga sasakyang pangkarga ng tao. Ang FTA ay nagbibigay ng pinansyal na tulong para sa mga gastos sa kapital, pagpapatakbo, at pagpapalano sa mga sistema ng pampublikong transportasyon.

Fixed-route-service-(Serbisyo sa nakapirming ruta): Mga serbisyong transit kung saan ang mga sasakyan ay tumatakbo sa regular at naka-iskedyul na mga ruta na may mga nakapirming hintuan at walang paglihis. Kadalasan, ang serbisyong may nakapirming ruta ay nailalarawan sa pamamagitan ng mga nakalimbag na iskedyul o talaorasan, mga itinalagang hintuan ng bus kung saan sumasakay at lumalabas ang mga pasahero, at paggamit ng mas malalaking sasakyang pangtransportasyon.

Flexible na ruta at mga iskedyul: Ang serbisyo ng flexible na ruta ay sumusunod sa isang direksyon ng paglalakbay ngunit pinapayagan ang paglihis o pagbabago ng ruta sa dinadaan upang matugunan ang mga partikular na kahilingan sa biyahe. Ang mga halimbawa ng mga sistema ng flexible na ruta ay ang paglihis ng ruta at paglihis ng patutunguhan.

H

Headway: Ang tagal sa isang hintuan sa pagitan ng mga bus na sumusunod sa parehong ruta. Kung ang mga bus na bumibiyahe sa Ruta A ay darating sa Hintuan 1 ng 9:00AM, 9:30AM, 10:00AM, at iba pa, ito ay kalahating oras na mga headway. Kapag maikli ang mga headway, sinasabing tumatakbo ang serbisyo sa mataas na dalas. Kung mahaba ang mga headway, ang serbisyo ay tumatakbo sa mababa na dalas.

Human-services-transportation-(Transportasyon para sa mga serbisyong pantao): Transportasyon para sa mga kliyente ng isang partikular na ahensya ng serbisyong pantao o panlipunan na karaniwang limitado sa isang partikular na layunin ng paglalakbay. Ang mga pagbiyahe ng ahensya ng serbisyong pantao ay kadalasang ibinibigay sa ilalim ng kontrata sa isang ahensya ng serbisyong pantao at maaaring eksklusibong ibigay o naka-rideshare kasama ng iba pang mga ahensya ng serbisyong pantao o pangkalahatang serbisyo publiko.

Glosaryo ng Transportasyon

L

Mode, intermodal, multimodal: Ang mode ay tumutukoy sa isang uri ng transportasyon, tulad ng sasakyan, pampublikong transportasyon, bisikleta, at paglalakad. Ang intermodal ay tumutukoy sa mga koneksyon sa pagitan ng mga mode, at ang multimodal ay tumutukoy sa pagkakaroon ng mga opsyon sa transportasyon sa loob ng isang sistema o koridor.

N

National Resource Center for Human Service Transportation Coordination (NRC): Itinatag noong 2007 bilang resulta ng Safe, Accountable, Flexible, Efficient Transportation Equity Act na pinapatakbo ng Community Transportation Association of America (CTAA) sa pamamagitan ng isang kasunduang kooperatiba kasama ang Federal Transit Administration. Ang pangunahing layunin ng NRC ay ang suportahan ang mga estado at komunidad sa mas mahusay na pagsasama sa mga serbisyo ng pampublikong transportasyon sa mga serbisyo at pangangailangan ng kanilang mga network ng serbisyong pantao.

National Center for Senior Transportation (NCST): Isang madudulugan at sentro ng teknikal na tulong na pinopondohan ng FTA (Federal Transit Administration) at pinangangasiwaan ng Easter Seals Inc., sa pakikipagtulungan ng National Association of Area Agencies on Aging. Ang mga karagdagang miyembro ng pangkat ay ang National Association of State Units on Aging (NASUA), ang Community Transportation, Association of America (CTAA), ang American Society on Aging (ASA) at ang Beverly Foundation. Gumagabay din sa gawain ng NCST ang pambansang komite ng pamamahala na binubuo ng mga eksperto sa mga isyu sa transportasyon ng matatanda.

National Network on Aging: ang network ng mga ahensya ng pederal, estado, at lokal (U.S. Administration on Aging, mga yunit ng estado sa pagtanda, at mga Area Agencies on Aging) na nilikha ng Older Americans Act.

Glosaryo ng Transportasyon

Non-Emergency Medical Transportation, NEMT (Transportasyong para sa Hindi Medikal na Emergency): Serbisyong transportasyon na ibinigay sa mga indibidwal na wala sa isang emergency ngunit nangangailangan ng higit na tulong kaysa sa kayang ibigay ng serbisyo ng taxi. Ang mga tagapagbigay ng serbisyo ay espesyal na handang maghatid ng mga pasaherong nasa wheelchair, stretcher, o may iba pang espesyal na pangangailangan.

O

Older Americans Act (OAA): Unang naipasa ang batas pederal noong 1965. Nagtatag ang batas ng isang pambansang network ng mga ahensya ng pederal, estado, at lokal upang magplano at magbigay ng mga serbisyo para mapanatili ng mga matatanda ang kanilang pagiging independiyente sa kanilang mga tahanan at komunidad. Lumikha ang Batas ng imprastraktura para sa pag-organisa, pag-ugnay, at pagbibigay ng mga serbisyo at oportunidad na nakabatay sa komunidad para sa mga nakatatandang Amerikano at kanilang mga pamilya.

P

Paratransit: Mga uri ng transportasyon ng pasahero na mas flexible kaysa sa kumbensiyonal na transit na may nakapirming ruta ngunit mas nakabalangkas kaysa sa paggamit ng mga pribadong sasakyan. Ang paratransit ay isang malawak na termino na maaaring gamitin upang ilarawan ang anumang paraan ng transportasyong pagsakay na pinagbabahaginan maliban sa mga serbisyo ng pampublikong transportasyon na may nakapirming ruta. Karaniwang gumagamit ang mga serbisyo ng paratransit ng mas maliliit na sasakyan (wala pang 25 pasahero) at nagbibigay ng paunang reserbasyon, serbisyong tumutugon sa pangangailangan na maaaring curb-to-curb o door-to-door. Ang mga serbisyo ng paratransit na ibinigay upang mapaunlakan ang mga pasaherong may kapansanan na hindi maaaring gumamit ng mga serbisyo na nakapirmi ang ruta at nakakatugon sa mga partikular na pagsubok sa katumbas na serbisyo ay tinatawag na mga komplementaryong serbisyo ng paratransit ng ADA.

R

Rapid transit: Serbisyo ng tren o bus na nakahiwalay sa iba pang mga paraan ng transportasyon sa isang eksklusibong karapatan sa daan. Kadalasang gumagana bilang isang express service na may kaunting bilang ng mga hintuan.

Glosaryo ng Transportasyon

Rideshare/ride-match-program (Programang rideshare/ride match): Isang programang nagpapadali sa pagbuo ng mga carpool at vanpool, kadalasan para sa mga biyahe sa trabaho. Ang mga naturang programa ay nagpapanatili ng database kabilang ang impormasyon tungkol sa mga oras ng pagsakay, pinagmulan, destinasyon, at mga kagustuhan sa drayber/sasakay ng mga gumagamit at mga potensyal na gagamit. Ang mga indibidwal na humihiling na sumali sa isang umiiral na pool o ang mga naghahanap ng mga sasakay ay itinatapat ng mga kawani ng programa.

S

Service-route (Ruta ng serbisyo): Mga ruta ng transit na iniayon upang matugunan ang mga pangangailangan ng isang partikular na bahagi ng merkado (tulad ng mga nakatatanda o mga taong may kapansanan) sa isang komunidad. Ang mga ruta ng serbisyo ay kadalasang nagmumula sa isang pattern ng paglalakbay na tumutugon sa demand sa loob ng isang komunidad. Kabilang sa mga katangian ng isang ruta ng serbisyo ang mga paghinto sa mga high-density na residential complex o grupong tahanan, mga shopping area, mga medikal na pasilidad, at mga destinasyon na partikular sa target na populasyon tulad ng mga sentro para sa senior o mga lugar ng trabaho na may pabahay. Ang mga hintuan ay karaniwang nakaposisyon malapit sa pasukan ng isang gusali na madaling puntahan sa halip na sa kalye, at ang oras ng pagsakay ay karaniwang mas mahaba kaysa sa isang "konbensyonal" na nakapirming ruta na sumasaklaw sa parehong pangkalahatang lugar. Ang mga sasakyan ay karaniwang mas maliit at nagagamit ng mga taong may kapansanan, at ang mga drayber ay karaniwang nag-aalok ng medyo mataas na antas ng personal na tulong.

Stair-chair (Upuan sa hagdan): Natitiklop na upuan na maaaring gamitin ng mga medikal at di-medikal na transporter upang maghatid ng mga pasaherong uupo sa makikipot na pasilyo o pataas at pababa ng hagdan.

San Diego Association of Governments (SANDAG): Ang SANDAG ay ang Metropolitan Planning Organization (MPO) at Council of Governments (COG) ng rehiyon ng San Diego, na pinagsasama-sama ang mga lokal na tagagawa ng desisyon upang bumuo ng mga solusyon sa mga isyu sa rehiyon, kabilang ang pagkakapantay-pantay, transportasyon, kalidad ng hangin, pag-unlad ng ekonomiya, kalusugan ng publiko, kaligtasan ng publiko, pabahay, at marami pang iba.

State Units on Aging (SUAs): Mga ahensya ng estado at mga pamahalaan ng teritoryo na itinalaga ng mga gobernador at mga lehislatura ng estado upang mangasiwa, mamahala, magdisenyo, at magtaguyod para sa mga benepisyo, programa, at serbisyo para sa mga matatanda at kanilang mga pamilya at, sa maraming estado, para sa mga nasa hustong gulang na may mga pisikal na kapansanan. Ang terminong "yunit ng estado sa pagtanda" ay isang pangkalahatang termino. Ang partikular na titulo at organisasyon ng yunit ng pamahalaan ay mag-iiba sa bawat estado at maaaring tawaging Kagawaran, Tanggapan, Kawanihan, Komisyon, Konseho, o

Glosaryo ng Transportasyon

Lupon para sa mga matatanda, nakatatanda, tumatanda, mga nakatatandang nasa hustong gulang, at/o mga nasa hustong gulang na may mga pisikal na kapansanan. Mula noong 1965, lahat ng State Units on Aging ay nangasiwa sa Older Americans Act (OAA) sa kani-kanilang mga estado. Sa pamamagitan ng network ng estado sa mga ahensya sa lugar kaugnay sa pagtanda at mga tagapagbigay ng serbisyo, iba't ibang serbisyo ang naibibigay sa mga matatanda kabilang ang pangangalaga sa bahay, mga pagkaing inihahatid nang maramihan at sa tahanan, transportasyon, impormasyon at tulong, at pagtataguyod sa ngalan ng mga indibidwal na matatandang mamamayan. Ang mga SUA ay mayroon ding mahahalagang tungkulin sa patakaran, pagpapalano, at pagtataguyod sa paggamit ng iba pang pederal, estado, at lokal na pampubliko at pribadong pondo upang masuportahan ang mga programa sa matatanda.

Serbisyong suskripsyon: Kapag humiling ang isang pasahero o grupo ng mga pasahero ng paulit-ulit na biyahe (tulad ng araw-araw o lingguhan), ang mga biyahe ay kadalasang naka-iskedyul batay sa suskripsyon o "standing order". Ang pasahero ay gumagawa ng isang kahilingan para sa paunang biyahe, at awtomatikong iniiskedyul sila ng sistema ng pampublikong transportasyon para sa kanilang (mga) biyahe bawat araw o linggo. Ang serbisyong ito ay madalas na ginagamit sa paghahatid ng mga kliyente ng ahensya ng serbisyong pantao patungo sa mga regular na programa ng ahensya.

T

Titulo III: Isang titulo ng Older Americans Act na nagpapahintulot sa mga gastusin para sa mga programa sa nutrisyon at transportasyon na nagsisilbi sa mga matatanda.

Titulo VI: Isang titulo ng Civil Rights Act of 1964 na tumitiyak na walang sinuman sa Estados Unidos ang madidiskrimina batay sa lahi, kulay, o bansang pinagmulan. Ang mga regulasyon sa pagpapalano ng transportasyon, na inilabas noong Oktubre 1993, ay nag-aatas na ang mga proseso ng pagpapalano ng transportasyon sa kalakhang lungsod ay maging naaayon sa Titolo VI.

Transportasyon para sa kapus-palad: Isang terminong ginagamit upang ilarawan ang mga taong kakaunti o walang access sa makabuluhang mga trabaho, serbisyo, at libangan dahil hindi nakakatugon ang sistema ng transportasyon sa kanilang mga pangangailangan. Kadalasang tumutukoy sa mga indibidwal na hindi maaaring magmaneho ng pribadong sasakyan dahil sa edad, kapansanan, o kakulangan ng mga mapagkukunan.

Glosaryo ng Transportasyon

Transportation Management Association (TMA): Isang boluntaryong samahan ng mga pampubliko at pribadong ahensya at mga kumpanya na nagsanib-puwersa upang magtulungang bumuo ng mga programang nagpapahusay sa transportasyon sa isang rehiyon. Ang mga TMA ay angkop na mga organisasyon na mas mahusay na mamahala sa pangangailangan sa transportasyon sa mga masikip na komunidad sa suburban.

U

U.S. Department of Health and Human Services (HHS): Ang pederal na ahensya na nagpopondo sa iba't ibang transportasyon para sa mga serbisyong pantao sa pamamagitan ng Administration on Aging, Head Start, Medicaid, Temporary Aid to Needy Families, at iba pang mga programang pederal.

U.S. Department of Transportation (DOT): Ang departamento ng pederal na responsable sa pagpopondo, kahusayan, at kaligtasan ng imprastraktura ng highway, aviation, transit, pipeline, at transportasyong pandagat ng bansa.

V

Vanpool: Isang paunang napagkasunduang serbisyo sa ridesharing kung saan maraming tao ang regular na naglalakbay nang magkakasama sa isang van.

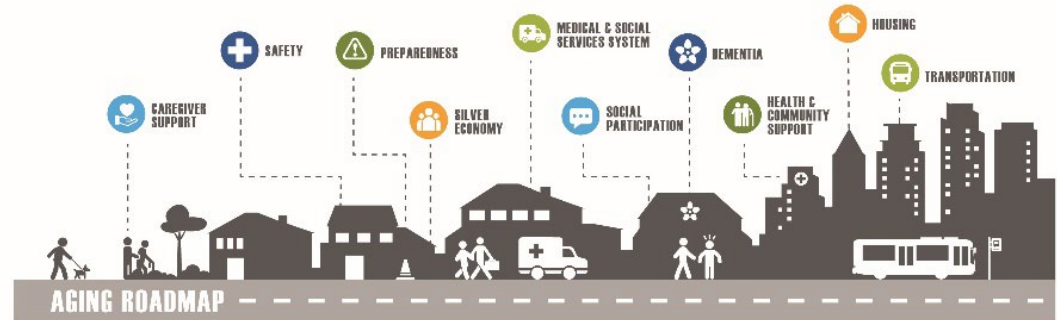
Network ng Boluntaryo: Itinutugma ng isang network ng mga boluntaryo ang mga kahilingan para sa transportasyon sa isang boluntaryong drayber na karaniwang binabayaran batay sa bawat milya. Ang mga taong humihingi ng serbisyo ay tumatawag sa network at tatawagan naman ng network ang drayber at iiiskedyul ang biyahe. Ang mga network ng mga boluntaryo ay madalas na ginagamit sa mga rural na lugar kung saan kakaunti ang mga mapagkukunan, ang mga taong nangangailangan ng transportasyon ay maaaring nakatira sa mga liblib na lugar, at ang diwa ng komunidad ay hindi pangkaraniwan.

W

Wheelchair-Accessible Vehicle (WAV): Isang sasakyan na sumusunod sa ADA at kayang tumanggap ng pasaherong gumagamit ng wheelchair o iba pang kagamitan sa personal mobilidad na nangangailangan ng rampa o lift upang makapasok o makalabas ng sasakyan.

Mapa ng Landas para sa Pagtanda

Habang lumalaki ang ating tumatandang populasyon, kailangang magtulungan ang ating rehiyon upang makalikha ng mga komunidad kung saan maaaring umunlad ang mga tao sa lahat ng edad at kakayahan. Mahalaga ang isang balangkas ng rehiyon upang magabayan ang mga pagsisikap na matugunan ang mga pangangailangan ng mga nakatatanda, kabilang ang pagbibigay ng pangangalaga at suporta, abot-kayang pabahay, madaling puntahan na transportasyon, at mga pagkakataong magtrabaho at magboluntaryo. Mahalaga ang pakikipag-ugnayan sa mga nakatatanda, dahil makikinabang ang ating mga komunidad mula sa kanilang maraming kadalubhasaan at karanasan. Sama-sama tayong makalikha ng mga komunidad na magbibigay-daan sa mga tao sa lahat ng edad na maging ligtas, malusog, at umunlad. Ang Mapa ng Landas para sa Pagtanda ang panrehiyong pangitain at balangkas ng San Diego County para sa pagsuporta sa malusog na pagtanda para sa mga tao sa lahat ng edad. Nakaayos ito sa sampung larangan ng prayoridad na sama-samang kumakatawan sa komprehensibong sistema ng pangangalaga ng ating rehiyon, kabilang ang mga pagsisikap na nakasentro sa tao at sa buong komunidad.



Ang iba't ibang pangkat ng komunidad na binubuo ng mga kawani ng County, mga tagapagbigay ng serbisyo, mga residente, at iba pang mga stakeholder ay regular na nagpupulong upang magabayan ang pagpapatupad, masubaybayan ang progreso ng plano, at makatulong sa mga aktibidad sa pagsusuri. Tinitipon ng Transportation & Community Connections Team ang mga residente at mga propesyonal mula sa buong rehiyon upang lumikha ng isang ligtas, naa-access, at patas na komunidad na may mahusay na koneksyon sa mga mapagkukunan at aktibidad. Ang pahayag sa misyon ng Transportation & Community Connections Team ay:

"Suportahan ang abot-kaya, madaling makuha, at patas na transportasyon at mga koneksyon sa komunidad, mga aktibidad para sa kalidad ng buhay, at mga espasyo para sa lahat ng edad."

Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa Mapa ng Landas para sa Pagtanda, bisitahin ang www.livewellsd.org/agewell